



Handwritten signature in blue ink, possibly reading 'J. Ramos'.

município  
**tavira**

**ATA N.º 1**

**ATA DA REUNIÃO DO CONCURSO EXTERNO DE ADMISSÃO A ESTÁGIO PARA INGRESSO NA CARREIRA DE BOMBEIRO, VISANDO O PREENCHIMENTO DE QUINZE LUGARES NA CATEGORIA DE BOMBEIRO SAPADOR RECRUTA.-----**

--- Aos oito dias do mês de março do ano de dois mil e vinte e quatro, nesta cidade de Tavira, no Quartel dos Bombeiros Municipais, reuniram, pelas catorze horas, Hugo Filipe Garrido Machado, Comandante dos Bombeiros Municipais de Tavira, designado como Presidente do júri, João Filipe Ramos Ferreira, 2.º Comandante dos Bombeiros Municipais de Tavira e Ana Margarida do Nascimento Catarino, Técnica Superior, os quais constituem o júri do concurso referenciado em epígrafe, designado por despacho da Sra. Presidente da Câmara Municipal, n.º 111/2024, de 01 de março, a fim de fixar os parâmetros e os critérios dos métodos de seleção, a grelha classificativa e o sistema de valoração final de cada método de seleção. -----

--- Em conformidade com o art.º 15.º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 julho é designado como secretária a segunda vogal efetiva. -----

--- De acordo com o supracitado despacho e, em conformidade com o n.º 3 do art.º 18, do Decreto-Lei n.º 106/2002, de 13 de abril, e art.º 19.º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 julho, os métodos de seleção a utilizar são os seguintes: Prova de Conhecimentos Gerais (PCG), com carácter eliminatório; Provas Práticas (PP), com carácter eliminatório; Exame Psicológico de Seleção (EXPS), com carácter eliminatório e Entrevista Profissional de Seleção (EPS), sem carácter eliminatório. Os referidos métodos de seleção deverão ser precedidos de inspeção médica. -----

--- Deliberou o júri fixar os seguintes parâmetros e critérios para os referidos métodos de seleção: -----

--- A Prova de Conhecimentos Gerais (PCG) será realizada através de teste escrito, com a duração de 90 minutos, com consulta, constituído por questões de escolha múltipla, visa avaliar o nível de conhecimentos académicos e profissionais dos candidatos e incidirá sobre os temas constantes no programa anexo ao presente aviso (Anexo I). A prova será cotada numa escala de 0 a 20 valores, sendo eliminados os candidatos que obtenham classificação inferior a 9,5 valores. -----

--- As Provas Práticas (PP) destinam-se a avaliar se os candidatos possuem as capacidades motoras indispensáveis para o desempenho da profissão de bombeiro sapador. As provas a efetuar são as seguintes: Prova de salto de muro sem apoio; Prova de equilíbrio na trave; Prova de extensões de braços no solo; Prova de exercícios abdominais; Prova de teste de Cooper e Prova de Natação. As provas serão classificadas numa escala

*Handwritten signature and initials in blue ink.*

de 0 a 20 valores, sendo excluídos os candidatos que obtenham menos de 5 valores em qualquer uma das provas, ou menos de 9,5 valores na média de todas elas. O programa das provas práticas e critérios de avaliação constam no Anexo II da presente Ata. Os candidatos realizam as provas práticas usando traje de ginástica (camisola, calções, meias e sapatos de ginástica) a seu cargo. -----

--- O Exame Psicológico de Seleção (EXPS) – visa avaliar as capacidades e as características de personalidade dos candidatos através da utilização de técnicas psicológicas visando determinar a sua aptidão para o exercício da função. O exame psicológico de seleção tem carácter eliminatório e poderá comportar mais de uma fase, sendo cada uma delas eliminatórias. Este método será avaliado através das menções qualitativas: *Favorável preferencialmente, Bastante favorável, Favorável, Com reservas, e Não favorável*, correspondendo-lhes as classificações de 20, 16, 12, 8 e 4 valores, respetivamente. -----

--- A Entrevista Profissional de Seleção (EPS): os candidatos aprovados na sequência da aplicação dos métodos anteriores serão convocados para uma entrevista profissional de seleção, com a duração máxima de vinte minutos e que visa avaliar, numa relação interpessoal e de forma objetiva e sistemática, as aptidões profissionais e pessoais dos candidatos, a qual será valorada através da aplicação da seguinte fórmula:  $EPS = (A+B+C+D)/4$ . - Em que: A – Capacidade de Expressão e Comunicação; B - Interesse e Motivação Profissional; C – Capacidade de Trabalho em Grupo; D – Tolerância à pressão e contrariedades. Os fatores atrás referidos serão expressos numa escala de zero a vinte, e pontuados da seguinte forma: Elevado, Bom, Suficiente, Reduzido e Insuficiente, aos quais correspondem, respetivamente, as classificações de 20, 16, 12, 8 e 4 valores. -----

Em conformidade com o n.º 2 do artigo 23º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 de Julho, por cada entrevista profissional de seleção é elaborada uma ficha individual, contendo o resumo dos assuntos abordados, os parâmetros relevantes e classificação obtida em cada um deles, devidamente fundamentada, de acordo com o modelo constante do Anexo III. -----

--- **A classificação final** dos candidatos resultará da média aritmética das classificações obtidas em cada um dos métodos de seleção, considerando-se excluídos os candidatos que na classificação final obtenham classificação inferior a nove valores e meio, sendo expressa na escala de zero a vinte, na qual será utilizado, para além dos valores inteiros, um limite máximo de três dígitos decimais, sem arredondamento e resultará da aplicação da seguinte fórmula:  $CF = (PCG+PP+EXPS+EPS)/4$  -----

--- Em que, CF = classificação final; PCG = prova de conhecimentos gerais; PP = provas práticas; EXPS - Exame Psicológico de Seleção e EPS = entrevista profissional de seleção. -----

---- Em caso de igualdade de valoração na classificação final e, após a aplicação dos critérios estabelecidos no artigo 37º do Decreto-Lei n.º 204/98, de 11 de Julho, deliberou o júri e nos termos do n.º 3 da citada disposição legal que, aplicar-se-ão sucessivamente os seguintes critérios de preferência na ordenação: -----

1- Carta de condução categoria C, ou superior; -----

2 - Carta de condução categoria B, com averbamento grupo 2. -----  
--- E não havendo mais nada a tratar deu-se por encerrada a reunião, da qual foi lavrada a presente ata que vai ser assinada por todos os membros do júri que deliberaram por unanimidade.-----

O JÚRI DO CONCURSO,

Hugo Machado

João Filipe Romão Ferreira

Alvo Catarina

## ANEXO I

### Programa da Provas de Conhecimentos Gerais

- 1- Conhecimentos ao nível das habilitações exigidas para o ingresso na carreira, fazendo apelo aos conhecimentos adquiridos no âmbito escolar, designadamente nas áreas de português e matemática;
- 2- Relação jurídica de emprego pública e disciplina – Lei Geral do Trabalho em Funções Públicas, aprovada pela Lei n.º 35/2014, de 20 de junho, na sua redação atual e Código de Trabalho aprovado pela Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro, na sua redação atual;
- 3- Estatuto de pessoal dos bombeiros profissionais da administração local – Decreto-Lei n.º 106/2002, de 13 de abril, na sua redação atual.

## ANEXO II

### Programa para a realização das provas práticas e respetivos critérios de avaliação

As provas práticas de seleção destinam-se a avaliar, através da execução de exercícios, se os candidatos possuem as capacidades motoras indispensáveis para o desempenho da profissão de bombeiro sapador, são classificadas numa escala de 0 a 20 valores, sendo excluídos os candidatos que obtenham menos de 5 valores em qualquer uma das provas, ou menos de 9,5 valores na média de todas elas.

Para a realização das mesmas, os candidatos apresentar-se-ão com o equipamento desportivo adequado e na prova de natação deverão fazer uso de fato de banho e touca.

As provas a efetuar são as seguintes:

- a) Prova de salto de muro sem apoio;
- b) Prova de equilíbrio na trave;
- c) Prova de extensões de braços no solo;
- d) Prova de exercícios abdominais;
- e) Prova de teste de Cooper;
- f) Prova de natação.

#### **a) Prova de salto do muro sem apoio**

Esta prova consiste na transposição de um plinto de madeira com 0,48 m de espessura, frente mínima de 1,20 m, e 0,90 m de altura para os candidatos de sexo masculino, e 0,75 m de altura para os candidatos do sexo feminino.

Condições para a realização do salto:

- O salto deverá ser precedido de corrida;
- Não é permitido tocar no plinto;
- Não é permitido o salto de peixe;
- São permitidas três tentativas.

#### **b) Prova de equilíbrio na trave**

Esta prova consiste em percorrer em todo o seu comprimento, e regresso ao ponto de origem, uma trave colocada a 1.00 m de altura do solo, com um comprimento de 4.00 m e 0.10 m de largura.

Condições para a prova de equilíbrio na trave:

- Durante percurso o candidato deverá permanecer de tronco erguido e sem apoio de braços ou mãos;
- São permitidas três tentativas.

- As provas de *salto de muro sem apoio e equilíbrio na trave* são superadas ou não superadas, não contam para a classificação final e são eliminatórias, pelo que os candidatos que não as superem serão excluídos de todo o processo de seleção.

**c) Prova de extensões de braços no solo**

- À voz de "em posição" dada pelo controlador, o candidato tomará a posição de corpo empranchado, apoiando-se apenas nos bicos dos pés e nas palmas das mãos, estas dirigidas para a frente, com os braços estendidos e as palmas das mãos afastadas a largura dos ombros e alinhadas com os mesmos.
- À voz de "começar", o candidato executará uma flexão, que consiste em fazer baixar o corpo de forma uniforme até que o peito fique a uma mão travessa do solo, sem lhe tocar. Em seguida, voltará à posição inicial com uma extensão completa dos braços. O corpo deve permanecer na posição empranchado durante o exercício e não deverá tocar no solo, exceto com os apoios acima referidos, (pés e mãos).
- A prova consiste em realizar, nas condições descritas, o maior número possível de flexões de braços, não sendo permitidas interrupções entre elas.

**Tabela avaliativa da prova de extensões de braços no solo**

N.º de extensões	Valores	
	Masculinos	Femininos
40	20.00	20.00
39	19.60	20.00
38	19.20	20.00
37	18.80	20.00
36	18.40	20.00
35	18.00	20.00
34	17.60	20.00
33	17.20	20.00
32	16.80	20.00
31	16.40	20.00
30	16.00	20.00
29	15.60	19.50
28	15.20	19.00
27	14.80	18.50
26	14.40	18.00
25	14.00	17.50
24	13.60	17.00
23	13.20	16.50
22	12.80	16.00
21	12.40	15.50

N.º de extensões	Valores	
	Masculinos	Femininos
20	12.00	15.00
19	11.60	14.50
18	11.20	14.00
17	10.80	13.50
16	10.40	13.00
15	10.00	12.50
14	9.50	12.00
13	9.00	11.50
12	8.50	11.00
11	8.00	10.50
10	7.50	10.00
9	7.00	9.38
8	6.50	8.75
7	6.00	8.13
6	5.50	7.50
5	5.00	6.88
4	4.00	6.25
3	3.00	5.63
2	2.00	5.00

**d) Prova de exercícios abdominais**

A prova de exercícios abdominais consiste em efetuar, durante 2 minutos, o maior número possível de repetições nas seguintes condições:

- ♣ À voz de “em posição”, o candidato coloca-se em posição deitado dorsal, com as pernas fletidas a 90° e naturalmente afastadas, as mãos na nuca com os dedos entrecruzados e os pés fixos no espaldar (ou os tornozelos seguros por um ajudante);
- ♣ À voz de “começar”, dada pelo controlador, o candidato deve efetuar os seguintes movimentos: elevação, flexão, e torção de tronco, tocando com os cotovelos nos joelhos (de forma cruzada) e retomando em seguida a posição inicial;

*São permitidas pausas durante a execução;*

Na realização do exercício devem ser observadas as seguintes regras:

- As mãos não devem ser tiradas da nuca;
- No retorno à posição inicial os ombros devem tocar no solo;

- A bacia não deve sair do chão, isto é, o corpo não deve ser arqueado para facilitar a flexão.

*Não serão contadas as repetições em que não seja observada alguma das regras de execução.*

**Tabela avaliativa da prova de exercícios abdominais**

N.º de exercícios	Valores	
	Masculinos	Femininos
85	20.00	20.00
84	19.60	20.00
83	19.20	20.00
82	18.80	20.00
81	18.40	19.40
80	18.00	19.00
79	17.80	18.80
78	17.60	18.60
77	17.40	18.40
76	17.20	18.20
75	17.00	18.00
74	16.80	17.80
73	16.60	17.60
72	16.40	17.40
71	16.20	17.20
70	16.00	17.00
69	15.80	16.80
68	15.60	16.60
67	15.40	16.40
66	15.20	16.20
65	15.00	16.00
64	14.80	15.80
63	14.60	15.60
62	14.40	15.40
61	14.20	15.20
60	14.00	15.00
59	13.80	14.80
58	13.60	14.60
57	13.40	14.40
56	13.20	14.20
55	13.00	14.00
54	12.80	13.80
53	12.60	13.60
52	12.40	13.40
51	12.20	13.20
50	12.00	13.00
49	11.80	12.80
48	11.60	12.60
47	11.40	12.40
46	11.20	12.20
45	11.00	12.00
44	10.80	11.80
43	10.60	11.60
42	10.40	11.40
41	10.20	11.20
40	10.00	11.00
39	9.80	10.80
38	9.60	10.60
37	9.40	10.40
36	9.20	10.20
35	9.00	10.00



N.º de exercícios	Valores	
	Masculinos	Femininos
34	8.80	9.80
33	8.60	9.60
32	8.40	9.40
31	8.20	9.20
30	8.00	9.00
29	7.80	8.80
28	7.60	8.60
27	7.40	8.40
26	7.20	8.20
25	7.00	8.00
24	6.80	7.80
23	6.60	7.60
22	6.40	7.40
21	6.20	7.20
20	6.00	7.00
19	5.80	6.80
18	5.60	6.60
17	5.40	6.40
16	5.20	6.20
15	5.00	6.00

**e) Prova de Teste de Cooper**

Esta prova consiste em efetuar uma corrida constante durante 12 minutos, procurando percorrer a maior distância à volta de uma pista.

- Os controladores contam e registam o número de voltas que cada candidato executa e vão avisando o tempo gasto e do tempo que falta.
- Ao fim de 12 minutos o controlador emite um sinal sonoro que seja audível para todos os candidatos, devendo os mesmos parar, permanecendo no local, até que chegue ao pé deles o controlador que registará o número de voltas completas e de metros percorrido por cada um dos candidatos.

**Tabela avaliativa da prova de Teste de Cooper**

Distância (metros)		Valores
Masculinos	Femininos	
3400	3000	20.00
3380	2980	19.80
3360	2960	19.60
3340	2940	19.40
3320	2920	19.20
3300	2900	19.00
3280	2880	18.80
3260	2860	18.60
3240	2840	18.40
3220	2820	18.20
3200	2800	18.00
3180	2780	17.80
3160	2760	17.60
3140	2740	17.40

Distância (metros)		Valores
Masculinos	Femininos	
3120	2720	17.20
3100	2700	17.00
3080	2680	16.80
3040	2640	16.40
3020	2620	16.20
3000	2600	16.00
2980	2580	15.80
2960	2560	15.60
2940	2540	15.40
2920	2520	15.20
2900	2500	15.00
2880	2480	14.80
2860	2460	14.60
2840	2440	14.40
2820	2420	14.20
2800	2400	14.00
2780	2380	13.80
2760	2360	13.60
2740	2340	13.40
2720	2320	13.20
2700	2300	13.00
2680	2280	12.80
2660	2260	12.60
2640	2240	12.40
2620	2220	12.20
2600	2200	12.00
2580	2180	11.80
2560	2160	11.60
2540	2140	11.40
2520	2120	11.20
2500	2100	11.00
2480	2080	10.80
2460	2060	10.60
2440	2040	10.40
2420	2020	10.20
2400	2000	10.00
2380	1980	9.80
2360	1960	9.60
2340	1940	9.40
2320	1920	9.20
2300	1900	9.00
2280	1880	8.80
2260	1860	8.60
2240	1840	8.40
2220	1820	8.20
2200	1800	8.00
2180	1780	7.80
2160	1760	7.60
2140	1740	7.40
2120	1720	7.20
2100	1700	7.00
2090	1690	6.80
2080	1680	6.60
2070	1670	6.40
2060	1660	6.20
2050	1650	6.00
2040	1640	5.80
2030	1630	5.60
2020	1620	5.40
2010	1610	5.20
2000	1600	5.00

**f) Prova de natação**

Esta prova consiste em nadar numa piscina, em qualquer estilo, uma distância de 50 metros de forma ininterrupta e no menor tempo possível;

- ✓ Os candidatos, à medida que vão sendo chamados, dirigem-se para o bloco de partida e, ao sinal de “partir”, dado através de apito, começam a nadar;

**Tabela avaliativa da prova de natação**

Tempo (segundos)		Valores
Masculinos	Femininos	
30	40	20.00
31	41	19.67
32	42	19.33
33	43	19.00
34	44	18.67
35	45	18.33
36	46	18.00
37	47	17.67
38	48	17.33
39	49	17.00
40	50	16.67
41	51	16.33
42	52	16.00
43	53	15.67
44	54	15.33
45	55	15.00
46	56	14.67
47	57	14.33
48	58	14.00
49	59	13.67
50	60	13.33
51	61	13.00
52	62	12.67
53	63	12.33
54	64	12.00
55	65	11.67
56	66	11.33
57	67	11.00
58	68	10.67
59	69	10.33
60	70	10.00
61	71	9.90
62	72	9.80
63	73	9.70
64	74	9.60
65	75	9.50
66	76	9.40
67	77	9.30
68	78	9.20
69	79	9.10
70	80	9.00
71	81	8.90
72	82	8.80
73	83	8.70
74	84	8.60
75	85	8.50
76	86	8.40
77	87	8.30
78	88	8.20
79	89	8.10
80	90	8.00
81	91	7.90
82	92	7.80

Tempo (segundos)		Valores
Masculinos	Femininos	
83	93	7.70
84	94	7.60
85	95	7.50
86	96	7.40
87	97	7.30
88	98	7.20
89	99	7.10
90	100	7.00
91	101	6.90
92	102	6.80
93	103	6.70
94	104	6.60
95	105	6.50
96	106	6.40
97	107	6.30
98	108	6.20
99	109	6.10
100	110	6.00
101	111	5.90
102	112	5.80
103	113	5.70
104	114	5.60
105	115	5.50
106	116	5.40
107	117	5.30
108	118	5.20
109	119	5.10
110	120	5.00

A **classificação final** das provas é obtida através da fórmula que a seguir se indica, em que a prova de resistência (Teste de Cooper), dada a importância desta qualidade física, é valorizada com o coeficiente 2.

$$C = \frac{(2x \text{ Class. Cooper}) + \text{Class. Extensões de braços} + \text{Class. Abdominais} + \text{Class. Natação}}{5}$$

**ANEXO III**

**Minuta da ficha individual a aplicar na Entrevista Profissional de Seleção**

Nome do candidato:			
Perguntas e Respostas	Valoração	Apreciação	Avaliação
<b>A – Capacidade de Expressão e Comunicação</b>	4	Insuficiente	
Resposta:	8	Reduzido	
	12	Suficiente	
	16	Bom	
	20	Elevado	
<b>B - Interesse e Motivação Profissional</b>	4	Insuficiente	
Resposta:	8	Reduzido	
	12	Suficiente	
	16	Bom	
	20	Elevado	
<b>C – Capacidade de Trabalho em Grupo</b>	4	Insuficiente	
Resposta:	8	Reduzido	
	12	Suficiente	
	16	Bom	
	20	Elevado	
<b>D – Tolerância à pressão e contrariedades</b>	4	Insuficiente	
Resposta:	8	Reduzido	
	12	Suficiente	
	16	Bom	
	20	Elevado	
<b>EPS=(A+B+C+D)/4</b>			
<b>TOTAL</b>			